

Weekly Menu

10号館	1月12日(月)	1月13日(火)	1月14日(水)	1月15日(木)	1月16日(金)
プレートライス					
CURRY		スエヒロカレー 646 kcal 蛋白 13.2 g 脂質 17.7 g 塩分 3.9 g	スエヒロカレー 646 kcal 蛋白 13.2 g 脂質 17.7 g 塩分 3.9 g		
中華彩菜 麵		醤油・味噌・塩 ラーメン 蛋白 19.4 g 脂質 12.4 g 塩分 7.2 g	醤油・味噌・塩 ラーメン 蛋白 19.4 g 脂質 12.4 g 塩分 7.2 g		

* HOT SNACK ¥150

ライス大盛¥50 / カレー大盛¥120/ 麵 大盛¥120

11号館

定食A		若鶏唐揚 香味ソース <油淋鶏> 蛋白 32.0 g 脂質 29.0 g 塩分 3.3 g	¥550 817 kcal	ブルコギ 蛋白 25.5 g 脂質 40.2 g 塩分 3.8 g	¥550 893 kcal	タンドリーチキン 蛋白 1,204. g 脂質 42.6 g 塩分 7.7 g	¥550 5880 kcal
定食B		和風とんかつ 蛋白 32.5 g 脂質 32.7 g 塩分 4.7 g	¥550 876 kcal	ポークカツ デミソース 蛋白 27.8 g 脂質 24.9 g 塩分 3.8 g	¥550 888 kcal	ササミカツ タルタルソース 蛋白 25.2 g 脂質 27.9 g 塩分 3.5 g	¥550 870 kcal
週替わり定食		ミックスフライ 蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g	¥500 745 kcal	ミックスフライ 蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g	¥500 745 kcal	ミックスフライ 蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g	¥500 745 kcal
アラカルト		特選カレー 蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g	¥390 650 kcal	特選カレー 蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g	¥390 650 kcal	特選カレー 蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g	¥390 650 kcal
中華彩菜 麵		特選ラーメン 蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g	¥390 452 kcal	特選ラーメン 蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g	¥390 452 kcal	特選ラーメン 蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g	¥390 452 kcal
ミニ弁当		ミニ味噌カツ弁当 蛋白 15.8 g 脂質 14.2 g 塩分 1.8 g	¥330 512 kcal	ミニ白身魚のフライ タルタルソース弁当 蛋白 11.0 g 脂質 12.0 g 塩分 0.7 g	¥330 432 kcal	ミニ鶏ももの 味噌漬焼弁当 蛋白 23.2 g 脂質 17.1 g 塩分 1.4 g	¥330 506 kcal

* 週替わり定食は 12:15 前後からの販売となります

ライス単品¥150 / 味噌汁¥50

定食ライス大盛¥50 / アラカルト・カレー 大盛¥120 / 麵 大盛¥120